

令和8年 3月分 学校給食予定献立表

中学校		≪ 14 回 ≫		松伏町学校給食センター ほほえみ			
日	曜	献立名	栄養量		食品名		
			エネルギー Kカロリー	たん白質 g	力や熱のもとになる 黄の食	血や肉をつくる 赤の食	体の調子を整える 緑の食
2	月	ご飯 牛乳 海鮮春雨スープ 豚肉の韓国風ソース チンゲン菜の炒め物 桃の杏仁豆腐	846	33.6	米 でん粉 はるさめ 砂糖 ごま ごま油 米油 桃の杏仁豆腐	牛乳 えび いか 豚肉 鶏肉	キャベツ こまつな たまねぎ チンゲンサイ にんじん にんにく ねぎ もやし しいたけ しめじ
3	★火	ちらし寿司 牛乳 花しんじょうのすまし汁 鯖の西京焼き 菜の花和え ソイドレッシング 桜もち のり	835	38.2	米 砂糖 米油 桜もち	油揚げ 炒り玉子 牛乳 豆腐 のり 鯖の西京漬け 花型しんじょう	にんじん しいたけ かんぴょう れんこん グリーンピース キャベツ だいこん 菜花 ねぎ ほうれんそう
4	水	揚げパン(黒糖きな粉) 牛乳 ポトフ 野菜のキッシュ デコボン 小魚パック	815	32.2	コッペパン 黒砂糖 米油 じゃがいも	きな粉 牛乳 小魚パック フランクフルト 野菜のキッシュ	キャベツ だいこん たまねぎ にんじん デコボン しめじ
5	木	中華麺 牛乳 味噌ラーメン もち米蒸し2個 いかと玉子の中華炒め	805	39.0	中華麺 でん粉 ごま油 米油	牛乳 いか 豚肉 炒り玉子 肉団子のもち米蒸し	しょうが メンマ たまねぎ チンゲンサイ とうもろこし にら にんじん にんにく ねぎ 赤ピーマン もやし しいたけ しめじ
6	金	麦ご飯 牛乳 ビーフカレー あじフリッター2本 コールスロー コールスロードレッシング	899	29.7	米 麦 じゃがいも 米油 カレールウ	牛乳 あじフリッター 牛肉 鶏レバー 脱脂粉乳	グリーンピース キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん にんにく
9	月	鯛飯 牛乳 沢煮椀 とり天 しょうゆ ごま和え 乳酸菌飲料ピーチ味	809	35.6	米 米油 砂糖 ねりごま	鯛 牛乳 豚肉 鶏天ぷら 乳酸菌飲料	絹さやえんどう ごぼう こまつな にんじん ねぎ はくさい もやし えのきたけ
10	火	ご飯(彩のきずな) 牛乳 カルビ風スープ ほうれん草まんじゅう2個 えびといかの甘酢ソース	752	36.6	米 でん粉 砂糖 ごま油 米油	牛乳 えび いか 牛肉 卵	しょうが だいこん にら にんじん にんにく ねぎ キムチ 大豆もやし しいたけ ほうれんそうまんじゅう
11	★水	赤飯(ごま塩) 牛乳 けんちん汁 鯖のねぎ味噌焼き たくあんとキャベツの和え物 カステラ	839	34.8	赤飯 米油 さといも ごま カステラ	牛乳 豆腐 油揚げ 銀鮭ねぎ味噌漬	キャベツ きゅうり ごぼう だいこん たくあん にんじん ねぎ しいたけ
12	木	地粉うどん 牛乳 ナポリタン風トマトソース ほたてフライ2個 ほうれん草のサラダ イタリアンドレッシング	848	28.0	地粉うどん 砂糖 オリーブオイル 米油 バター デミグラスソース	牛乳 ほたてフライ フランクフルト 粉チーズ	キャベツ セロリー たまねぎ とうもろこし トマト にんじん にんにく ピーマン 黄ピーマン ほうれんそう マッシュルーム
16	月	ご飯(彩のきずな) 牛乳 芋煮 う巻き玉子 のり風味和え のり	798	31.3	米 さといも 砂糖 ごま ごま油 米油	牛乳 のり 牛肉 う巻き玉子	こんにゃく さやいんげん キャベツ きゅうり ごぼう だいこん にんじん ねぎ えのきたけ しめじ
17	火	セサミバーズ 牛乳 コーンポタージュ たらポーションフライ 花野菜のアーリオオーリオ タルタルソース スライスチーズ	846	35.8	セサミバーズ オリーブオイル 米油 タルタルソース	牛乳 たらポーションフライ ショルダーベーコン 脱脂粉乳 生クリーム スライスチーズ	カリフラワー たまねぎ とうもろこし にんにく ブロッコリー パセリ ポタージュベース
18	水	ご飯 牛乳 鶏肉丼 豆腐ハンバーグの香味焼き 大根サラダ ごまクリーミードレッシング いちごソース入りヨーグルト	876	42.9	米 砂糖 米油	牛乳 鶏肉 いちごソース入りヨーグルト 豆腐ハンバーグ	こんにゃく きゅうり みずな しょうが だいこん たまねぎ にんじん にんにく ねぎ はくさい しいたけ
19	木	ご飯 牛乳 キムチスープ 蓮根のはさみ揚げ2個 チンジャオロースー	791	29.8	米 でん粉 砂糖 ごま油 米油	牛乳 豆腐 豚肉 鶏肉	しょうが たけのこ チンゲンサイ にら にんじん ねぎ キムチ ピーマン 赤ピーマン きくらげ しいたけ れんこんのはさみ焼き
平均栄養量			828	34.0			
標準量			830	33.2			



※ 毎月19日は「食育の日」です。

※ 献立は、材料の都合により変更することがありますので、あらかじめご了承ください。

※ (★) 印の日に、放送用資料があります。

※ 「はし」は毎日清潔なものを持ってきましょう。

※ 「スプーン」は 印のついた日に持ってきましょう。



4月の給食は、13日(月)から始まります。

●松伏町学校給食 食物アレルギー等対応について

松伏町では食物アレルギー等の対応として、下記の資料を提供しております。

(松伏町HPに掲載しています)

- 1 献立表詳細(給食材料が詳細に記載された献立表)
- 2 松伏町商品規格書(使用原材料名・特定原材料・特定原材料に準ずるものが記載されている規格書)
 - ・加工食品等に含まれる使用原材料は全てが表示されているわけではありません。
 - ・学校給食では、コンタミネーション(食品を製造する際に、原材料としては使用していないが、アレルゲンを含む他の製品と同じ製造ラインを使用することにより、意図せずアレルゲン物質が微量に混入してしまうこと)等は避けられません。
 - ・丸ごと食べられる魚やその他の魚に関して、魚卵を含む場合があります。また、小魚や海そうには、えび・かに等を含む場合があります。
 - ・同じ献立名でも、使用する月により製造業者が変更になります。必ず、該当月の食物アレルギー対応資料で確認してください。

●給食センターで調理及び洗浄する際のコンタミネーションや留意点について

- 1 給食センター内は、多数の食品を扱うため、アレルゲン物質のコンタミネーションが起こりうる環境です。コンタミネーションを防止することは困難であることをご理解ください。
- 2 揚げ油はろ過して数回使用しているため、アレルゲン物質を含む食品及び加工食品も調理しています。
- 3 都合により、献立及び使用食品の変更をすることがあります。
- 4 食器や調理に使う器具の洗浄について、微量の洗い残し、鉄板の焼き付きやこびりつきなどがあり、完全な除去はできません。

◎特定原材料(8品目)

えび・かに・くるみ・小麦・そば・卵・乳・落花生

◎特定原材料に準ずるもの(20品目)

アーモンド・あわび・いか・いくら・オレンジ・カシューナッツ・キウイフルーツ・牛肉・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・マカダミアナッツ・もも・やまいも・りんご・ゼラチン